

PUBLICACIÓN
DIGITAL
EDICIÓN 162
AÑO 2025

LA REVISTA SOCIAL DEPORTIVA DE PANAMÁ

Panama Sports

MAGAZINE



ATLETAS • PERFILES • ESTILO DE VIDA • INSPIRACIÓN • PASIÓN
www.panamasportsmagazine.com

EN PORTADA

**EL TRIATLÓN SE
CONVIRTIÓ EN PARTE
DE MI ESTILO DE VIDA.
APRENDÍ A EXIGIRME
CUANDO TOCABA
Y A FRENAR CUANDO
ERA NECESARIO.**

Ernesto "Fulo" Fernández.

ESTAR CERCA
DE UNA ATLETA
COMO BRENDA ME
IMPULSÓ A DAR
MÁS Y CREER QUE
PODÍA LOGRARLO.

Williana Rojas.



**MIS HIJAS SON MI
MAYOR FUERZA;
ENTRENAR ES
TAMBIÉN UNA
FORMA DE
ENSEÑARLES
A NO RENDIRSE.**

**ENTRE ENTRENAR,
SER MAMÁ Y
PROFESIONAL,
DESCUBRÍ
QUE SÍ SE PUEDE.**

Williana Rojas.



**CANSAR A UN ATLETA
ES FÁCIL. LO DIFÍCIL ES
HACERLO PROGRESAR
SIN PONER EN RIESGO
SU SALUD.**

Ernesto "Fulo" Fernández.

**PANAMÁ ME DIO
EL ESPACIO PARA
CRECER, FORMAR
UNA FAMILIA Y
COMPETIR POR
MIS SUEÑOS.**

**EL TRIATLÓN ME
ENSEÑÓ A SALIR
DE MI ZONA DE
CONFORT Y A
CREER EN MÍ.**

Williana Rojas.



**EN LA LÍNEA DE
SALIDA, ESCUCHO
MI CORAZÓN Y
RECUERDO POR
QUÉ AMO CORRER.**

**NO CORRO SOLA:
ME ACOMPAÑAN MIS
SUEÑOS, MI ESFUERZO
Y TODO LO QUE AMO.**

Amary Williams.

ENTRENAR A MI ESPOSA HA SIDO MUY ESPECIAL. SEPARAMOS BIEN LOS ROLES Y NOS APOYAMOS COMO EQUIPO.

Ernesto "Fulo" Fernández.



**NUESTRA
FAMILIA RESPIRA
DEPORTE. MÁS
QUE IMPONER,
BUSCAMOS
INSPIRAR CON
EL EJEMPLO.**

Ernesto "Fulo" Fernández.

**CORRER ME
UNE A MI
FAMILIA, A
MIS SUEÑOS Y
A MI VERSIÓN
MÁS FUERTE.**

Amaly Williams.

**CADA CARRERA
ES UN MOMENTO
MÍO: PARA CRECER,
SOÑAR Y RECORDAR
QUIÉN SOY.**

Amaly Williams.





**EL MEJOR
CONSEJO ES
VER EL TRIATLÓN
COMO UN ESTILO
DE VIDA. DISFRUTAR
EL PROCESO,
NO COMPARARSE,
Y ADAPTAR EL
ENTRENAMIENTO A
LA VIDA FAMILIAR Y
RESPONSABILIDADES
PERSONALES.**

Ernesto "Fulo" Fernández.

**EL ENTRENAMIENTO
ES UN TRABAJO
EN EQUIPO.
ORGANIZACIÓN,
PROPÓSITO CLARO
Y APOYO FAMILIAR
NOS PERMITEN
ENTRENAR, CUIDAR
A NUESTRAS
HIJAS Y CRECER
PROFESIONALMENTE,
SIN PERDER
EL ENFOQUE
EN NUESTRAS
PRIORIDADES.**

Ernesto "Fulo" Fernández.





**NUESTRAS HIJAS
VEN EL DEPORTE
COMO ALGO
NATURAL. NO
IMPONEMOS
RUTINAS, SINO
QUE INSPIRAMOS
CON EL EJEMPLO.**

**EN CASA,
EL MOVIMIENTO
Y EL BIENESTAR
SON PARTE DE
LA VIDA DIARIA.**

Williana Rojas.

PUBLICACIÓN
DIGITAL
EDICIÓN 162
AÑO 2025

LA REVISTA SOCIAL DEPORTIVA DE PANAMÁ

Panama Sports

MAGAZINE



ATLETAS • PERFILES • ESTILO DE VIDA • INSPIRACIÓN • PASIÓN
www.panamasportsmagazine.com